

Меню на 10.06.2025, День 2

ГБДОУ №13 Кир. р.

сад 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	40	9,196	9,436	16,648	190,2
1. (замена аллергикам) Батон	20	2,235	0,871	14,54	75,164
2. Каша рисовая жидкая	180	4,296	10,622	27,223	222,102
1. (замена аллергикам) Каша рисовая жидкая	180	1,869	4,763	23,151	142,933
3. Какао с молоком	180	2,934	2,439	12,482	84,433
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
Итого:		16,425	22,497	56,353	496,734
2й Завтрак					
1. Йогурт в инд. упаковке	125	5,375	4,634	22,612	155,69
1. (замена аллергикам) Груша	80	0,32	0,24	8,232	37,562
Итого:		5,375	4,634	22,612	155,69
Обед					
1. Салат из моркови и яблок	50	0,173	2,584	2,432	34,276
2. Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной и зеленью петрушки	200/10/1	4,612	4,272	6,562	83,982
1. (замена аллергикам) Щи из свежей капусты с картофелем	200/10	3,982	3,367	8,337	80,224
3. Печень по-строгановски	60/30	20,581	8,341	8,463	192,566
4. Макаронные изделия отварные	150/5	5,8	4,808	37,053	214,85
1. (замена аллергикам) Каша гречневая рассыпчатая	150	8,694	7,272	39,399	257,47
5. Компот из изюма	180	0,313	0,068	18,929	78,116
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
6. Хлеб ржаной	20	1,44	0,284	8,684	43,854
Итого:		32,919	20,355	82,121	647,644
Полдник					
1. Шницель рыбный натуральный	60	14,781	6,803	0,374	120,693
1. (замена аллергикам) Мясо отварное	50	16,244	7,943	0,248	137,329
2. Пюре картофельное	120	2,068	7,706	16,723	144,728
1. (замена аллергикам) Картофель отварной	120	3,168	5,229	25,819	163,322
3. Напиток из плодов шиповника	180	1,025	0,422	26,539	133,509
1. (замена аллергикам) Чай с сахаром	180	0	0	4,891	19,553
4. Булочка "творожная"	70	10,57	4,142	26,773	188,081
1. (замена аллергикам) Хлеб ржаной	15	1,08	0,213	6,513	32,892
5. Хлеб ржаной	30	2,16	0,425	13,025	65,781
6. Банан свежий	80	1,92	0,64	26,886	122,907
1. (замена аллергикам) Яблоко свежее	80	0,287	0,287	7,039	33,759
Итого:		32,525	20,137	110,32	775,698
Итого за день:		87,244	67,623	271,406	2075,76

ясли 2025г.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Бутерброд с сыром	20/12	6,269	6,001	14,54	138,468
2. Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	130	3,05	4,171	19,627	128,556
3. Чай с молоком	170	1,115	0,995	7,559	43,84
Итого:		10,434	11,167	41,726	310,863
2й Завтрак					
1. Йогурт фруктовый в инд. упаковке	125	3,625	3,125	15,25	105
Итого:		3,625	3,125	15,25	105
Обед					
1. Салат из свеклы	40	0,552	2,434	3,238	37,032
2. Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	150/5/1	1,737	1,026	12,71	67,192
3. Печень по-строгановски	50/30	8,121	7,692	4,634	120,96
4. Каша гречневая рассыпчатая	90	5,231	3,841	23,663	149,952
5. Компот из изюма	150	0,26	0,057	14,921	61,679
6. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
Итого:		17,221	15,31	67,127	477,015
Полдник					
1. Шницель рыбный натуральный	50	10,943	5,664	0,291	94,765
2. Пюре картофельное	100	2,695	3,54	19,226	119,86
3. Напиток из плодов шиповника	150	0,712	0,293	15,103	79,414
4. Булочка "творожная"	50	6,113	2,984	18,553	126,191
5. Хлеб ржаной	20	1,32	0,26	7,96	40,2
6. Банан свежий	70	1,218	0,406	17,052	77,952
Итого:		23,002	13,147	78,185	538,381
Итого за день:		54,281	42,749	202,288	1431,25

заведующий_____Ергина Е.Н.

Меню на 10.06.2025, День 2

ГБДОУ №13 Кир. р.

персонал 2025

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Обед					
1. Печень по-строгановски	60/30	16,522	7,904	7,34	167,76
2. Макаронные изделия отварные	150/5	5,8	4,808	37,053	214,85
3. Хлеб ржаной	30	1,98	0,39	11,94	60,3
Итого:		24,302	13,102	56,332	442,91
Итого за день:		24,302	13,102	56,332	442,91

заведующий_____Ергина Е.Н.